









Communiqué de presse
Le 25 novembre 2014

Bien vieillir, mode d'emploi

Selon des études internationales, 30% de notre vieillissement personnel dépendent de notre hérédité, les 70% restants sont étroitement liés à nos habitudes[1]. Il n'y a donc pas d'âge pour prendre soin de sa santé. Et si notre espérance de vie n'a jamais été aussi élevée, l'enjeu actuel est surtout de pouvoir profiter de ces années en bonne santé, notamment en limitant la perte d'autonomie. C'est pourquoi, les régimes de retraite en partenariat avec l'Inpes lancent un important programme d'information s'adressant aux personnes de 55 ans et plus.

www.reponses-bien-vieillir.fr, un nouveau site répond aux questions des seniors



Reponses-bien-vieillir.fr aborde de manière globale et positive l'avancée en âge. Si la santé est abordée, les internautes trouveront aussi des idées pour penser à soi ou encore partager avec les autres, et sous tous les formats : vidéos, brochures, conseils thématiques…

La web série « Agence des réponses Bien vieillir »

Les internautes pourront aussi suivre les bons conseils de Margot et Paul dans la **web série « Agence des réponses Bien vieillir** ». Sous forme de 15 mini-sketches, ces deux personnages hauts en couleurs, employés d'une imaginaire « Agence de réponses » aux questions concernant le Bien vieillir, répondent avec humour et pédagogie à chaque cas exposé.

Deux brochures sont également téléchargeables

- **La brochure « *Vieillir…et alors ?* », conçue autour du plaisir et du mouvement, est destinée aux jeunes seniors (55-75 ans).** Elle prend en compte les dimensions physiologiques, psychologiques et sociales de toutes les évolutions liées à l'avancée en âge : penser à soi, avoir une vie sociale, agir pour son bien-être…

- **La brochure *"Bien vivre son âge"* concerne les personnes âgées de 75 ans et plus.** Elle souhaite contribuer au renforcement des comportements protecteurs pour lutter contre les accidents de la vie courante et l'isolement.

L'objectif du site internet et de ses outils est d'encourager les seniors à devenir acteur de leur vieillissement en transformant les comportements individuels au quotidien pour une meilleure santé.

Contacts presse
Vanessa Lemoine – Tél : 01 49 33 22 42 – Email : vanessa.lemoine@inpes.sante.fr
Cynthia Bessarion – Tél : 01 49 33 22 17 – Email : cynthia.bessarion@inpes.sante.fr

[1] Khaw K.-T., Wareham N., Bingham S., Welch A., Luben R., Day N. Combined impact of health behaviours and mortality in men and women: the Epic-Norfolk Prospective Population Study. PLOS Med 2008; 5: 39-46.

BIEN VIEILLIR
MODE D'EMPLOI

DOSSIER DE PRESSE
NOVEMBRE 2014

CONTACT PRESSE : Vanessa Lemoine,
vanessa.lemoine@inpes.sante.fr / 01 49 33 22 42

















SOMMAIRE

VIEILLIR...ET ALORS ?

Phénomène naturel, le vieillissement nous questionne tous. D'un côté, il a l'image parfois négative de la perte de la beauté du corps, de la perte des capacités physiques ou d'une baisse de la vie sociale. Mais d'un autre côté, il peut aussi être vu comme une nouvelle étape de vie, la liberté de profiter de son temps, un nouveau rôle à jouer dans la famille et dans la société.

L'Inpes et les régimes de retraite (l'Assurance retraite, la Mutualité sociale agricole (MSA), le RSI, la CNRACL, l'Agirc et Arrco, l'Ircantec), se sont unis pour partager une approche globale et positive du vieillissement.

Aujourd'hui, on ne parle plus de vieillir mais de bien vieillir. Bien vieillir, qu'est-ce que c'est ? L'Organisation Mondiale de la Santé le précise : c'est le processus qui vise à optimiser les chances d'une bonne santé physique, sociale et mentale et à permettre à des personnes âgées de prendre une part active dans la société, sans être victimes de discrimination, et de jouir d'une vie indépendante et de bonne qualité.

Les régimes de retraite, en partenariat avec l'Inpes, ont mis en place un important programme d'information s'adressant aux personnes de 55 ans et plus. L'objectif est de renforcer l'information et la sensibilisation des retraités et de leur entourage pour vieillir en bonne santé et promouvoir une culture commune du Bien vieillir.

Sous forme de brochures, d'une série web et d'un site Internet, le programme propose de nombreuses réponses et idées pour bien vieillir. Si la santé est abordée, les intéressés trouveront aussi des idées pour penser à soi ou encore partager avec les autres. **Selon des études internationales, 30 % de notre vieillissement personnel dépendent de notre hérédité, les 70 % restants sont étroitement liés à nos habitudes.**[1] C'est pourquoi, il n'y a pas d'âge pour prendre soin de sa santé. Si notre espérance de vie n'a jamais été aussi élevée, l'enjeu actuel est surtout de pouvoir profiter de ces années en bonne santé, notamment en limitant la perte d'autonomie.

En parallèle de ce dispositif de sensibilisation des publics, un guide d'aide à l'action à destination des **professionnels des régimes de retraite est diffusé.**

1. Khaw K.-T., Wareham N., Bingham S., Welch A., Luben R., Day N. Combined impact of health behaviours and mortality in men and women: the Epic-Norfolk Prospective Population Study. PLOS Med 2008; 5: 39-46.

UN IMPORTANT DISPOSITIF DONNE LES CLÉS DU BIEN VEILLIR AU GRAND PUBLIC

Pour aider les Français à bien vieillir, les régimes de retraite et l'Inpes lancent un programme d'information avec un site internet dédié, une web série et des brochures. **Son objectif : encourager les seniors à devenir acteur de leur vieillissement** en transformant les comportements individuels au quotidien (l'alimentation, l'activité physique, les rythmes de vie) pour une meilleure santé...

L'ensemble des documents a été réalisé avec la participation de différents professionnels de santé (gériatres, psychologues, psycho-sociologues) et de représentants du monde associatif afin de prendre en compte les dimensions physiologiques, psychologiques et sociales de toutes les évolutions liées à l'âge.

www.reponses-bien-vieillir.fr, un nouveau site répond aux questions des seniors



www.reponses-bien-vieillir.fr est un nouveau site pour tous ceux qui souhaitent bien vivre leur avancée en âge. À travers des vidéos, brochures, conseils thématiques, il renseigne sur les comportements que les personnes peuvent adopter pour un vieillissement en bonne santé.

Les bons conseils de Margot et Paul dans la web série " Agence des réponses Bien vieillir "

Sous forme de mini-sketches, les internautes suivent deux personnages hauts en couleurs, employés d'une imaginaire « Agence de réponses » aux questions concernant le Bien vieillir. Le duo, ultra-dynamique, n'est pas sans éprouver parfois certaines difficultés... Il gère en tout cas avec humour et pédagogie chaque cas exposé. Chacun des 15 épisodes de quatre minutes traite une thématique (alimentation, activité physique, activité cérébrale, vie affective, santé, utilité sociale, rythmes et sommeil, estime de soi) par le biais d'une question qui parvient aux experts, toujours par des voies différentes, parfois décalées, du mail au pigeon voyageur. Et au duo de faire en sorte de trouver les bonnes réponses ! Une fois la problématique discutée et débattue par les conseillers, les éléments de réponse concrets sont communiqués de manière limpide aux internautes.

L'internaute pourra suivre les bons conseils de Margot et Paul dans la web série " Agence des réponses Bien vieillir " et télécharger des brochures, ainsi qu'obtenir des conseils santé : rythmes de vie, nutrition, vie de couple, estime de soi… Grâce aux renvois vers les sites des organismes partenaires, il peut aller loin dans sa démarche.

Ce dispositif sera relayé par les sites des régimes de retraite qui en assureront également la diffusion par leurs réseaux d'accueil.

Une brochure conçue autour du plaisir et du mouvement



Destinée **aux jeunes seniors** (55-75 ans), **la brochure " Vieillir…et alors ? "** prend en compte les dimensions physiologiques, psychologiques et sociales de toutes les évolutions liées à l'avancée en âge. Réalisée avec des professionnels de santé, elle livre à travers des recommandations pratiques et des conseils toutes les clés essentielles du Bien vieillir. Penser à soi, avoir une vie sociale, agir pour son bien-être… autant de thèmes abordés pour aider chacun à s'épanouir passé 55 ans.

Une brochure pour avancer en âge sereinement



L'Inpes et les régimes de retraite souhaitent contribuer au renforcement des comportements protecteurs des **plus de 75 ans pour lutter contre les accidents de la vie courante et l'isolement**. Riche en informations pratiques, en astuces et en paroles de professionnels de santé, **la brochure "Bien vivre son âge"** aborde – de manière transversale – le lien social et intergénérationnel, les fonctions cognitives, l'alimentation, l'activité physique, la prévention santé…, et invite à prendre le temps de penser à soi. Avec l'âge, le corps évolue et de nouvelles situations apparaissent auxquelles il est nécessaire de s'adapter.

Les brochures sont disponibles sur : www.reponses-bien-vieillir.fr.
Elles sont également diffusées par les régimes de retraite et l'Inpes.

Un guide d'aide à l'action pour les acteurs des régimes de retraite

Aujourd'hui, des actions collectives Bien vieillir - conférences, forums et ateliers sont déjà mises en place par les régimes de retraite sur l'ensemble du territoire répondant à des critères et des évaluations différents. Elles constituent un axe majeur du Bien vieillir, car elles renforcent les comportements protecteurs de santé.



Les régimes de retraite en partenariat avec l'Inpes éditent un nouveau guide méthodologique des actions collectives " Bien vieillir ". Il s'agit de contribuer à une harmonisation des pratiques professionnelles chez les acteurs, sur un socle commun en matière d'implantation et d'évaluation à court et moyen terme et d'introduire plus de complémentarité dans leurs interventions auprès des aînés.

UNE MOBILISATION DES RÉGIMES DE RETRAITE ET DE L'INPES POUR LE BIEN VIEILLIR

L'engagement des régimes de retraite

Dans le contexte de vieillissement croissant de la population, la volonté des organismes de retraite est d'inscrire une culture de la prévention et de la préservation de l'autonomie au cœur de la politique publique de l'âge. Ils s'inscrivent dans la logique du projet de loi d'orientation et de programmation pour l'adaptation de la société au vieillissement.

Les régimes de retraite de base et complémentaires s'engagent depuis plusieurs années dans une politique organisée et coordonnée de la promotion du Bien vieillir sur les territoires auprès de retraités en situation de fragilité économique ou sociale, mais encore autonomes tant d'un point de vue psychique que physique.

Au-delà, de la liquidation et du versement de la retraite, les régimes de retraite développent une politique commune d'action sociale destinée à prévenir le risque de perte d'autonomie, auprès de l'ensemble des retraités.

À ce titre, ils proposent, selon les organismes, différentes actions de prévention qui s'articulent autour de trois niveaux d'intervention complémentaires :

- les informations et conseils pour bien vivre sa retraite et son avancée en âge;
- les programmes d'actions et d'ateliers collectifs de prévention à destination de publics ciblés sur l'ensemble du territoire (prévention des chutes, nutrition, mémoire…);
- les actions individuelles à destination des retraités fragiles.

Le programme « Vieillir en bonne santé » de l'Inpes

Depuis 2004, le programme " Vieillir en bonne santé " de l'Inpes vise toute personne âgée de 55 ans et plus vivant à domicile. Il s'organise autour de quatre priorités : la santé globale, la prévention de la perte d'autonomie, la prévention des chutes et la maladie d'Alzheimer.

Les priorités sont déclinées en différents niveaux stratégiques d'interventions :

- auprès de la personne elle-même ou de son entourage, via des campagnes de communication ou des documents d'information;
- auprès des acteurs de terrain via des référentiels et outils d'intervention;
- auprès des décideurs, des élus et des politiques via une fonction d'expertise et de conseil en matière de prévention, de promotion de la santé et de production d'enquêtes nationales sur les attitudes, comportements et mode de vie des Français.

À travers le Baromètre santé, destiné à tout acteur du champ du Bien vieillir, l'Inpes analyse les comportements, les attitudes et les connaissances des Français en matière de santé. L'ouvrage " Comportements de santé des 55-85 ans " aborde six grandes thématiques : le niveau d'information en santé et les craintes ressenties, la santé mentale, les pratiques addictives, les accidents, la consommation de soins, ainsi que l'alimentation et l'activité physique. Les données sont issues du Baromètre santé 2010, auquel 9 921 personnes âgées de 55 à 85 ans ont répondu.

Une volonté politique interrégimes, un partenariat avec l'Inpes

Les régimes de retraite ont souhaité consolider au niveau national le développement qualitatif et quantitatif de programmes et d'actions de prévention et de préservation de l'autonomie.

À cette fin, une convention de partenariat couvrant la période 2011-2014 a permis la création et la diffusion de différents supports : la web série, les deux brochures, le site Internet, le guide des actions collectives Bien vieillir, un référentiel de formation Bien vieillir, une plateforme de ressources professionnelles.

Dans le contexte de préparation du projet de loi d'adaptation de la société au vieillissement, une nouvelle convention a été signée avec l'Inpes pour la période 2015-2016, afin de consolider les actions de prévention de la perte d'autonomie réalisées au niveau régional et national et d'améliorer la qualité des projets de prévention/promotion du Bien vieillir proposés par les acteurs des politiques publiques de l'autonomie.

ANNEXES



Inpes

Institut national dédié à la prévention et à l'éducation pour la santé, l'Inpes définit et met en œuvre pour le compte du ministère en charge de la Santé, les programmes nationaux sur ce champ. Il a pour finalité de promouvoir des comportements, des habitudes et des environnements favorables à la santé. Créé par la loi du 4 mars 2002, l'Inpes a trois principaux axes de travail : Enquêtes, études et évaluations ; Communication et information ; Soutien aux acteurs de terrain.

Le programme " Vieillir en bonne santé " pour le grand public

Dans les années 2005-2009, des guides nutrition ont été réalisées dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS) à l'intention des personnes âgées. Ils avaient été précédés d'actions de sensibilisation en matière de prévention des chutes. En 2012-2013, des publi-rédactionnels sont parus dans la presse sur l'ensemble des thématiques Bien vieillir.

Le programme " Vieillir en bonne santé " pour les professionnels

L'Institut s'emploie à renforcer les compétences des professionnels médico-sociaux et de l'entourage familial des personnes âgées, et ce par le biais de référentiels, d'outils, d'appuis méthodologiques, de partenariats stratégiques et de subventions. Pour ne citer que le partenariat avec la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) entre 2008 et 2011, qui a permis de travailler sur la réduction des inégalités de santé chez les personnes en perte d'autonomie. Ou celui avec l'université de Montréal, consacré aux déterminants socio-environnementaux de la santé des aînés avec élaboration de protocoles de recherche et analyse de pratiques pertinentes. L'Inpes a également participé aux plans Bien vieillir (2007-2009) et Alzheimer (2008-2012).

Pour en savoir plus : www.inpes.sante.fr



L'Assurance retraite, un réseau de la Sécurité sociale au service des assurés

Avec 17,8 millions de cotisants, la Cnav et les Carsat, qui forment l'Assurance retraite, représentent le premier régime de retraite en France. Chaque mois, elle verse une pension personnelle ou de réversion à plus de 13,5 millions de retraités.

L'Assurance retraite se mobilise avec ses partenaires autour des enjeux de la prévention de la perte d'autonomie pour généraliser progressivement le repérage des territoires prioritaires d'intervention, l'identification des personnes les plus exposées au risque de perte d'autonomie et l'accompagnement de ces publics au travers d'offres de services coordonnées.

Pour accompagner les retraités à tout âge, elle propose une offre de prévention avec :

- **des informations et des conseils pour bien vivre sa retraite;**
- **des réponses globales dans les différents champs du Bien vieillir :**
  - la prévention relative aux comportements et modes de vie (alimentation, sommeil, mobilité et prévention des chutes, aide à la vie quotidienne…),
  - la lutte contre l'isolement, la solitude et la précarité,
  - la prévention touchant à l'environnement de la personne, en particulier au logement;
- **des programmes partenariaux d'actions collectives de prévention** pour bien vieillir (prévention des chutes, nutrition, mémoire…) afin de favoriser la participation sociale et d'adopter des comportements favorables;
- un action en faveur des lieux de vie collectifs, structures intermédiaires entre domicile et EPAHD, et de l'adaptation des logements à l'avancée en âge.

En 2013, 375 210 retraités ont bénéficié de l'action sociale de l'Assurance retraite.

Plus d'infos sur le site www.lassuranceretraite.fr, avec le dernier rapport annuel de l'action sociale

La MSA – Mutualité Sociale Agricole



La MSA gère la protection sociale de l'ensemble de la population agricole, soit plus de 5,5 millions de personnes pour 27,4 milliards de prestations sociales versées en 2013.

Les populations protégées par le régime agricole sont les exploitants, les chefs d'entreprises agricoles et les salariés agricoles en activité ou retraités et leur famille. Les entreprises agricoles qu'elles que soient leur taille exerçant une activité dans la production agricole, la transformation de produits agricoles dans des coopératives et les services à l'agriculture sont également accompagnées par la MSA.



Une protection sociale globale

La MSA accompagne ses ressortissants tout au long de leur vie. Elle est leur interlocuteur unique et gère leur protection sociale de façon globale. Elle leur verse toutes les prestations auxquelles ils ont droit : prestations familiales, de santé, retraite (3,5 millions d'anciens salariés et exploitants agricoles reçoivent une pension).

La MSA assure également le recouvrement des cotisations et elle est le seul régime de sécurité sociale qui prend également en charge la médecine du travail et la prévention des risques professionnels.

Une action sanitaire et sociale diversifiée

Outre sa mission de protection sociale obligatoire, la MSA développe une action sanitaire et sociale diversifiée visant :

- le maintien à domicile des personnes âgées ou handicapées;
- la préservation du capital santé;
- la conciliation de la vie familiale et professionnelle;
- l'accompagnement des professionnels en situation de précarité.

La MSA a mis en place de nombreux services destinés à améliorer la qualité de vie de ses adhérents en déployant son action sur l'ensemble du milieu rural :

- pour les retraités :
  - Les ateliers du bien vieillir touchent près de 4700 personnes et préviennent leur problèmes de santé,
  - Le portage de repas et le réseau de téléassistance " Présence Verte " (plus de 10000 abonnés) permettent le maintien à domicile,
  - 178 Marpa (Maisons d'accueil rurales pour personnes âgées) sont des hébergements alternatifs adaptés;
- pour l'ensemble de ses adhérents : 10 centres AVMA (Villages de vacances de la Mutualité agricole);
- pour les personnes handicapées : 150 établissements Solidel (établissements de travail protégés du secteur agricole et structures d'hébergement et d'accompagnement).

Par ailleurs, la MSA mène en partenariat des actions d'animation du milieu rural : 9000 Clubs d'Aînés ruraux sont réunis au sein d'une fédération nationale (FNCAR) et couvrent l'ensemble du territoire rural. Une plate-forme de services à la personne " Fourmi Verte " a été créée en partenariat avec Groupama et Familles Rurales. La MSA investit 163 millions d'euros pour l'action sanitaire et sociale chaque année.

Pour en savoir plus : http://www.msa.fr/lfr/decouvrir-la-msa



Le RSI – Régime social des indépendants

Le RSI assure la protection sociale obligatoire des chefs d'entreprise indépendants actifs et retraités (artisans, industriels, commerçants et professionnels libéraux) et de leurs ayants droit : maladie-maternité, prévention et action sanitaire et sociale pour tous ; retraite, invalidité-décès et indemnités journalières pour les artisans, industriels et commerçants.

Il recouvre 10 milliards de cotisations sociales personnelles auprès de 2,8 millions de cotisants et verse 7,4 milliards d'euros de prestations à 4 millions de bénéficiaires maladie et 8,6 milliards d'euros à 2 millions de pensionnés.

Administré par 942 représentants élus par les assurés du régime, le RSI se compose d'une caisse nationale et de trente caisses régionales dans lesquelles 5 500 agents sont au service de 6,1 millions d'assurés.

À travers un réseau de proximité, les caisses régionales RSI sont à l'écoute de leurs ressortissants pour les conseiller, les orienter et les accompagner tout au long de leur retraite par des actions sociales et de prévention. À titre d'exemples :

- préparer son départ à la retraite, se renseigner sur les conditions de départ, formalités et dispositifs en cas de cession de l'entreprise;
- consulter " Le guide de votre retraite " avec des informations sur l'action sociale;
- bénéficier d'un bilan senior gratuit pour faire le point sur sa santé.

Pour en savoir plus : www.rsi.fr



Agirc et Arrco

L'Agirc (Association générale des institutions de retraite complémentaire des cadres) et l'Arrco (Association pour le régime de retraite complémentaire des salariés) sont les régimes de retraite complémentaire obligatoires des salariés du secteur privé.

Les deux fédérations Agirc et Arrco et les 13 groupes de protection sociale qui en sont membres travaillent au service de plus de 18 millions de salariés (dont 4 millions de cadres) et de près de 12 millions de retraités (dont 2,7 millions de cadres). Les deux régimes reposent sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations.

L'Action sociale Agirc et Arrco s'inscrit dans ce principe fondamental de solidarité. Elle s'adresse aux personnes en difficulté, qu'il s'agisse de retraités, d'actifs, de demandeurs d'emploi ou de personnes en perte d'autonomie. Elle agit en complémentarité avec des acteurs privés ou publics, dont les autres principaux régimes de retraite.

En 2014, quatre orientations prioritaires ont été définies pour la période 2014-2018 :

- soutenir le retour à l'emploi des actifs les plus fragiles comme les demandeurs d'emploi de longue durée et les personnes handicapées;
- donner les clés du Bien vieillir, en renforçant les démarches de prévention dès 50 ans;
- aider les aidants familiaux en préservant leur équilibre personnel et professionnel;
- accompagner le grand âge en perte d'autonomie.

Avec ses 17 centres de prévention, ses dispositifs " Santé en mouvement ", " Sortir Plus ", " Aide à domicile momentanée " et " Diagnostic Bien chez moi ", l'Agirc et l'Arrco mènent une démarche active de prévention, en faveur des seniors de 50 ans et plus.

Chaque année, la retraite complémentaire consacre près de 360 millions d'euros à son action sociale.

Plus d'informations sur l'action sociale Agirc et Arrco :
www.agircarrco-actionsociale.fr

CNRACL



La caisse nationale de retraites des agents des collectivités locales (CNRACL) est la caisse de retraite obligatoire des fonctionnaires territoriaux et hospitaliers. Régime spécial de retraite fonctionnant sur le principe de la répartition, elle est gérée depuis sa création en 1945 par la Caisse des Dépôts.

En 2013, elle assurait le paiement des retraites de 1 116 877 pensionnés, grâce aux cotisations versées par 2,2 millions d'actifs cotisants.

Son action sociale est un élément majeur d'accompagnement des retraités et d'expression de la solidarité du régime à leur égard.



En 2013, plus de 72 000 retraités ont bénéficié de son action sociale dont les deux axes d'intervention sont le maintien à domicile et le soutien des ressortissants du régime en situation de fragilité.

Afin de conforter ses principes d'action et d'assurer une meilleure réponse aux besoins et attentes exprimés par ses retraités, la CNRACL a mis en œuvre depuis 2012 une nouvelle étape de sa politique d'action sociale en s'engageant, avec ses partenaires, en faveur de la promotion du " bien vieillir " et de la prévention de la perte d'autonomie.

Progressivement, les retraités du régime en situation de fragilité, bénéficient d'une évaluation globale de leurs besoins à domicile et de plans d'aide personnalisés.

Ils sont de plus en plus nombreux à être invités individuellement à participer à des conférences ou ateliers organisés à proximité de leur domicile pour les aider à mieux appréhender les différentes situations induites par l'avancée en âge autour de thèmes tels que la nutrition, le sommeil ou bien encore la prévention des chutes.

Pour en savoir plus : www.cnracl.fr



L'Ircantec



L'Ircantec est un régime de retraite complémentaire par points qui fonctionne selon le principe de la répartition. Il s'applique à titre obligatoire aux agents contractuels de droit public de l'État et des collectivités publiques (cadres et non cadres).

Conformément à l'article 51 de la loi n°2014-40 du 20 janvier 2014, des contractuels de droit privé peuvent cependant être affiliés à l'Ircantec dès lors que l'employeur est déjà adhérent du régime.

Chiffres 2013 :

- 2,79 millions d'actifs cotisent au régime Ircantec via 65 200 employeurs. Au total, 15,43 millions d'actifs y détiennent des droits, soit un actif sur trois cotise ou a cotisé à l'Ircantec au cours de sa carrière;
- 1,92 million de retraités ont perçu une allocation de l'Ircantec en 2013. Le nombre de nouveaux retraités en 2013 est de 161 500;

- Le régime a encaissé 2,75 milliards d'euros de cotisations et payé 2,43 milliards d'euros de prestations en 2013.

L'Ircantec reste très attentive au bien-être de ses bénéficiaires avec une politique d'action sociale principalement orientée vers le maintien à domicile, la prévention de la perte d'autonomie et le maintien du lien social.

Elle se concrétise, notamment, au travers d'aides spécifiques (dépendance, répit, services à la personne) ou de partenariats conclus avec des acteurs de référence.

Les principaux chiffres de l'action sociale :
- 22 000 bénéficiaires de l'action sociale de l'Ircantec;
- 11 millions d'euros de dépense d'intervention en 2014.

Services proposés par l'action sociale de l'Ircantec (sous conditions générales d'attribution) :

Pour un quotidien plus facile …
L'aide " service à la personne " permet, si le retraité est éligible à l'action sociale, de bénéficier au maximum d'une cinquantaine d'heures d'aide-ménagère par an. Cette aide est dégressive selon les ressources. Au choix deux formules :
- Aide préfinancée, après accord de l'Ircantec, qui transmet la demande de prestation à Domiserve+ www.domiserve.com;
- Aide versée a posteriori, au vu de l'avis d'imposition faisant apparaître les sommes déductibles de l'impôt au titre de l'emploi d'un salarié à domicile.

Parce qu'un logement confortable et adapté est indispensable au maintien à domicile…

L'Ircantec peut, sous certaines conditions, participer aux dépenses d'amélioration de la résidence principale, avec une aide accordée tous les 5 ans

Quand l'aidant a besoin d'être aidé …
L'aide au répit est réservée à l'aidé qui doit être allocataire de l'Ircantec . Elle permet de prendre en charge les frais d'hébergement d'un séjour temporaire d'accueil de jour, ou garde de jour ou de nuit. Elle permet ainsi de soulager les aidants mais également de permettre à une personne isolée d'être entourée.

Plus d'information sur le site www.ircantec.fr



BIEN VIEILLIR

MODE D'EMPLOI

11/2014 – Réalisation : Studio graphique, Cnav – Crédit photo : Fabrice Guyot.